

AYLIK YEMEK LİSTESİ OCAK 2024

01 OCAK 2024 PAZARTESİ RESMİ TATİL	2 OCAK 2024 SALI MERCİMEK ÇORBA(175 KCAL) BEZELYE (350 KCAL) PİRİNÇ PİLAVI (330 KCAL) CACIK (120 KCAL)	3 OCAK 2024 ÇARŞAMBA DOMATES ÇORBASI(189 KCAL) TAVUK SOTE(350 KCAL) BULGUR PİLAVI (290 KCAL) AYRAN (100 KCAL)	4 OCAK 2024 PERŞEMBE ŞEHRİYE ÇORBA(115 KCAL) ETLİ MEVSİM TURLÜ (280 KCAL) MAKARNA(290 KCAL) SÜTLAÇ (285 KCAL)	5 OCAK 2024 CUMA SARAY ÇORBA(115 KCAL) TAS KEBABI (317 KCAL) PİRİNÇ PİLAVI(330 KCAL) MEYVE(50 KCAL)
08 OCAK 2024 PAZARTESİ MERCİMEK ÇORBA(175 KCAL) HASAN PAŞA KÖFTE(320 KCAL) BULGUR PİLAVI (290 KCAL) SALATA(100 KCAL)	09 OCAK 2024 SALI TAVUK SUYU ÇORBA(115 KCAL) FIRIN PATATES (250 KCAL) SOSLU SPAGETTİ (290 KCAL) ŞEKERPARE (283 KCAL)	10 OCAK 2024 ÇARŞAMBA TARHANA ÇORBA (185 KCAL) ETLİ NOHUT (280 KCAL) ŞEHR. PİRİNÇ PİLAVI (330 KCAL) CACIK (120 KCAL)	11 OCAK 2024 PERŞEMBE SEBZE ÇORBASI (140 KCAL) DOMATES SOSLU ŞİNİTZEL (350) BULGUR PİLAVI (290 KCAL) AYRAN(100 KCAL)	12 OCAK 2024 CUMA EZOGELİN ÇORBA(173 KCAL) ŞEHRİYE PİLAVI (290 KCAL) KARIŞIK KIZARTMA(166 KCAL) YOĞURT(100 KCAL)
15 OCAK 2024 PAZARTESİ DÜĞÜN ÇORBASI(173 KCAL) FIRIN KÖFTE (290 KCAL) BULGUR PİLAVI (290 KCAL) MEYVE SUYU (190 KCAL)	16 OCAK 2024 SALI MERCİMEK ÇORBA(175 KCAL) TAZE FASULYE (200 KCAL) PİRİNÇ PİLAVI (330 KCAL) BAKLAVA (329 KCAL)	17 OCAK 2024 ÇARŞAMBA KEŞKEK ÇORBASI(180 KCAL) ETLİ KURU FASULYE (350 KCAL) PİRİNÇ PİLAVI (330 KCAL) CACIK (120 KCAL)	18 OCAK 2024 PERŞEMBE TUTMAÇ ÇORBA(175 KCAL) TAVUK BAGET (350 KCAL) BULGUR PİLAVI (290 KCAL) AYRAN (100 KCAL)	19 OCAK 2024 CUMA SARAY ÇORBA(115 KCAL) ANKARA TAVA (330 KCAL) BARBUNYA (280 KCAL) YOĞURT(100 KCAL)
22 OCAK 2024 PAZARTESİ MERCİMEK ÇORBASI(175 KCAL) PÜRELİ ROSTO KÖFTE(410 KCAL) SOSLU SPAGETTİ(290 KCAL) MEYVE (50 KCAL)	23 OCAK 2024 SALI DÜĞÜN ÇORBA(180 KCAL) NOHUT(280 KCAL) ŞEHR. PİRİNÇ PİLAVI (330 KCAL) CACIK(120 KCAL)	24 OCAK 2024 ÇARŞAMBA ŞEHRİYE ÇORBA(115 KCAL) TAVUK KAVURMA (350 KCAL) BULGUR PİLAVI (290 KCAL) AYRAN (100 KCAL)	25 OCAK 2024 PERŞEMBE DOMATES ÇORBA(189 KCAL) KARIŞIK DOLMA(250 KCAL) MAKARNA(290 KCAL) YOĞURT(100 KCAL)	26 OCAK 2024 CUMA SARAY ÇORBA(115 KCAL) ŞAKŞUKA (330 KCAL) CEVİZLİ ERİŞTE (290 KCAL) KABAK TATLISI(246 KCAL)
29 OCAK 2024 PAZARTESİ MERCİMEK ÇORBA(175 KCAL) KADINBUDU KÖFTE(410 KCAL) BULGUR PİLAVI(290 KCAL) MEVSİM SALATA(50 KCAL)	30 OCAK 2024 SALI EZOGELİN ÇORBA(173 KCAL) BARBUNYA(280 KCAL) PİRİNÇ PİLAVI(330 KCAL) CACIK(120 KCAL)	31 OCAK 2024 ÇARŞAMBA ŞEHRİYE ÇORBASI(115 KCAL) TAVUK SOTE(350 KCAL) BULGUR PİLAVI (290 KCAL) AYRAN (100 KCAL)		

TUĞBA DAYIOĞLU ŞEN

SARE YILMAZ OCAKLIOĞLU

SERDAR EKMEKÇİ

TESİSLER SUBE MÜDÜRÜ V.

FEYZULLAH KABARAN

SAĞLIK KÜLTÜR VE SPOR DAİRE
BASKANI

BÜNYAMİN GÜN

UYGUNDUR

PROF.DR. HASAN SOLMAZ













|

